

自己記述Q分類法による集中的 グループ経験の効果測定

田 中 富 士 夫

は じ め に

近年、感受性訓練やエンカウンター・グループをはじめとし各種の集中的グループ経験の試みが、正常者の精神的健康の増進や自己実現化を目指して精力的にすすめられている。しかし、この種の集中的グループ経験が所期の目的をどの程度まで満しているのか、そもそもこの種のグループへの参加がどのような効果をもたらすのか等に関しては、未だ充分な回答が与えられているとはいえないように思われる。勿論、集中的グループ経験に関して効果研究が皆無というわけではないが、例えば、Young & Jacobson (1970) や Guinan & Foulds (1970) の結果では、マラソン・エンカウンター・グループが Shostrom の POI の尺度上でポジティブな効果をもたらすというが、同じ尺度を用いた研究でも Massachusetts 大学のカウンセリング・センター (1972) や Treppa & Fricke (1972) では否定的な結果が報告されているなど諸家の報告には矛盾した面が少なくない。わが国では、小嶋・木場 (1973)、福井 (1973)、多田 (1973)、藤井・堀尾・川上 (1974) などが大学生を対象とした集中的グループ経験の効果について報告しているが、この領域の研究はまだ緒についたばかりであって、現状はまだ事実の収集段階とみるべきであろう。

本稿は、筆者が関与した集中的グループ経験の効果測定に関する資料を基礎にしているが、当初からの計画的に準備された効果研究ではなく事後に行なわれた分析である。

問 題 と 目 的

ここで、「集中的グループ経験」とよんでいるのは、参加希望者を一般に呼びかけ、10人前後の応募者を1群として facilitator (ときにはco-facilitator

と共に)がメンバーの主導性を尊重しながらミーティングを重ねて数日間の合宿を行なう方式のことを指している。一般に、この種の成長グループは、特定の知識を教授したりましてや治療を目指すものではなく、各参加者の心理的成長、精神的健康の増進、自己実現化等を図ることがその目標とされている。

小嶋・木場(1973)は、金沢大学保健管理センターが主催した「自己発見セミナー」とよばれる集中的グループ経験の成果を測定する試みとして、セミナーの参加前後に佐治(1961)のQ分類法を実施した。元来この自己記述Q分類は、自己概念を測定する目的で作成されたものである。彼によれば100項目のステートメントが「現実の自己」と「理想の自己」それぞれについて分類された結果の相関は、正常者の方が神経症患者より高く、また心理療法による改善が認められてくると高くなるという。小嶋・木場では「現実の自己」と「理想の自己」についてのQ分類がグループ経験の前後に行なわれ、現実の自己像と理想像との相関の前後変化が効果の測度として用いられた。また、8名の心理学者が、この100項目の記述内容を適応的・不適応的という観点からQ分類した結果に基づいて、適応的項目と不適応項目が選ばれて、各参加者のQ分類結果から適応点を算出する手続が考案された。この値の前後変化もまた効果の測度とみなされた。この2種類の測度を用いて、セミナーに参加した群と、参加しない統制群とが比較された結果、平均値では、現実自己と理想自己の相関、適応点共事後に上昇するが、これは両群に共通してみられる現象であり、統制群は両測度共事前スコアが高い傾向はあるが、変化量は参加群の方が大きいことが知られた。また、現実自己の前後2回の相関係数の平均値は、参加群の方が統制群より低く、これらの諸結果は、セミナーへの参加が、自己概念に何らかの影響を及ぼし、参加は現実自己と理想自己のギャップを小さくすると考えられた。ところで、藤井ら(1974)の指摘によれば、この資料を統計的に検定したところ、上記の差は明確でないばかりか、有意差が認められるのは統制群の前後2回の現実・理想自己相関の上昇だけであるという。そして2つの測度の変化量の群間比較の結果は、有意な差を認めることができなかったと報告している。しかし、前記のように小嶋・木場の2群は2測度共に事前測定の時点で既に異なった水準にあることが予想されるので、群比較を行なう際には、変化量がこの事前スコアに依存している可能性を考慮に入れる必要があると思われる。

本研究の目的は、前記の小嶋・木場の報告をうけて、発展させようとする試みであって、より具体的にいえば、(1)参加群、統制群共に人数を増し、(2)

効果測定のために新しい測度を用いて、(3)事前スコアの統制を行なった上で変化量を比較する試みを行なうことである。

方 法

1 群の構成と被験者

参加群とは3泊4日の集中的グループ経験をもった29名(男17名・女12名)の大学生のことで、いずれも参加直前並びに直後に、自己記述Q分類(佐治1961)を行なった。統制群はグループ経験をもたない40名(男16名、女24名)の学生で、参加群とはほぼ同じ時間間隔において前後2回、前記の自己記述Q分類を行なった。

参加群は、昭和48年及び49年に金沢大学保健管理センターが主催した「自己発見セミナー」に応募した大学生である。ただし応募者のうち同様企画に参加した経験を有する者及び前後2回のQ資料が得られなかった3名が除かれている。この「自己発見セミナー」は、ポスターやチラシなどで学内の学生一般に参加を呼びかけたものであるが、結果的には応募した参加者に心理学専攻学生が比較的多く(7名)、また学年では1年から4年生までかなりバリエーションのある群となった。

他方、統制群は昭和50年の春に筆者が主として教養部の心理学受講クラスの学生に対して行なった被験者募集の呼びかけに応じたボランティアでありすべて1年生である。この群は性別構成では参加群より女子の比率が高い。

2 集中的グループ経験のプログラム

参加群は、実際には5名乃至9名の小グループに分れてミーティングを行なっており、各群のグループ運営は1乃至2名の facilitator により行なわれた。主たる facilitator は3名で、48年の3群を担当したうちの2名が49年度の2群をも受け持っている。このうちの1名は、2カ年とも単独でグループ運営を行なっているが、他のグループはそれぞれ co-facilitator の参加を得ていた。この3名の facilitator は、いずれも個人カウンセリングとグループ・アプローチの経験が豊かな臨床心理学者である。その理論的基盤、技法等は必ずしも同一ではないが背景としてのクライエント中心的なオリエンテーション、あるいは humanistic な立場などに多くの共通点があると思われる。そのうちの1人は明確にエンカウンター・グループの形態をとっていると述べている。


これらのグループ経験は、いずれも3泊4日の合宿形式で行なわれた。48

年の3群は金沢工業大学穴水湾自然学苑, 49年の2群は金沢大学辰口共同研修センターで行なわれ, いずれの場合も, 1回3~4時間程度のミーティングを午前, 午後, 夕食後の3セッションに行なっていく方式であり, グループの話し合いに費やされた総時間数はいずれもほぼ30時間程度である。

3 自己記述Q分類とその測度

参加群においては, 小グループに分れてミーティングに入る直前と, 最終セッションが終了して, 帰路につく前に自己記述Q分類が集団で実施された。統制群では前後2回共, 数名から十数名程度で, 教室において実施されたが, 時には心理学実験室で個別に実施された場合も含まれている。用いられたQ分類項目は, 佐治 (1961 p. 213~215) によって, 自己像を記述するために作成された100項目である。各項目を印刷した100枚のカードが対象者に配られ, 現在の自己に最もよくあてはまる (似ている) 極から, 最もあてはまらない (似ていない) 極にいたる9段階に分類するよう教示された。各段階の分類枚数は第1表に示されるように, 正規分布曲線にあてはまるよう予め指定されている。事前, 事後とも「現実の自己」についてのQ分類だけを行ない理想の自己については実施していない。

第1表 Q分類カードの配分の仕方

自分にあてはまる程度										最もあてはまる
段階	1	2	3	4	5	6	7	8	9	
カードの枚数	1	4	11	21	26	21	11	4	1	

本研究では, 適応点, 適応指数, 前後2回のQ分類の相関並びに2回の分類のズレ (移動) などを効果の測度とした。適応点は, 小嶋・木場 (1973) に従って採点した。彼らは, 100項目の自己記述文を心理学者8名が, 大学生の適応状況を示す程度という観点から9段階に分類 (名段階の割り当て枚数は参加者の行なう自己記述Q分類と同じ) した結果から, 5人以上が一致して不適応的 (第1段階から第4段階) 並びに適応的 (第6~9段階) と評定した71項目 (不適応項目33項目, 適応項目38項目) をキイ項目と決めた。自己分類で適応項目が「あてはまる」のカテゴリー (第6~9段階) 内に,

あるいは不適応項目が「あてはまらない」のカテゴリー（第1～4段階）内に分類された時に夫々1点と数え、その合計点が適応点と名づけられた。

適応指数は、筆者が設定したものである。小嶋・木場論文で適応点のキイ作成のために用いられた8名の心理学者のQ分類資料から総合的なQ分類分布パターンを求めて、この分布パターンが示す適応的・不適応的次元の分布と、被検者の自己記述Q分類との間に得られる相関係数が、適応指数である。8名の適応Q分類から、総合的なQ分布を求めるために、まず各項目の適応の程度が、分類段階の番号（高い値がより適応的）で表わされると仮定し、8名の番号の合計を求めた。合計点の大きい順に1位から100位までの序列をつけ前記のQ分類に用いた各段階（カテゴリー）毎の項目数に配分して、各項目の属するカテゴリーを定めた。合計点が等しくなって同順位が生じ、前記の配分数に区切れない時は、8名の評定の中央値の大小により、どちらのカテゴリーに含めるかを決定した。この手続の明細等については、別に報告する予定である。

結 果

1 適応点および適応指数の変化

参加群と統制群について前後2回のQ分類から得られた適応点と適応指数の平均と標準偏差は第2表に示されている。適応指数は、相関係数であるため、FisherのZ'変換を施した上で平均を求めたが、表中の値は再びrに戻したものである。ただし標準偏差のZ'値をrに戻すことは意味が無いのでZ'変換値をそのまま記載している。この表から、2つの測度は平均値でいえば、両群共事後に上昇し、その変化は参加群の方が著しいことが読みとれる。特

第2表 前後2回のQ分類における両群の
適応点および適応指数の平均値と標準偏差

群	スコア 条件	適 応 点		適 応 指 数	
		M	SD	M	SD*
参 加 群 (N=29)	前	28.00	10.42	0.075	0.311
	後	32.24	9.45	0.218	0.309
統 制 群 (N=40)	前	32.40	10.46	0.228	0.294
	後	34.18	9.70	0.275	0.294

* Z' 変換値

に適応指数では顕著な変化が現われている。試みに、対応のある t 検定を用いて前後変化の有意性を検定すると、参加群は適応点 ($t = 3.195$ $p < .005$) と適応指数 ($t = 3.434$, $p < .005$) 共に 0.5% 水準で有意差が認められるが、統制群では有意水準に達しない(適応点 $t = 1.925$, $p > .05$, 適応指数: $t = 1.937$, $p > .05$)。

次に、適応点、適応指数の変化の方向(上昇、下降)を群別に調べたところ、両群は第3表のように分布していた。適応点についていえば、参加群は上昇する者の方が多い(サイン検定: $p < .01$) が統制群ではそうとはいえない。適応指数では両群共に上昇する者の方が多い(サイン検定で共に $p < .05$) といえる。

第3表 前後2回のQ分類における両群の適応点と適応指数の変化(数字は人数を表わす)

スコア 変化の方向 群	適 応 点			適 応 指 数			
	上昇	下降	計	上昇	無変化	下降	計
参 加 群	22	7	29	20 (11)*	2	7 (1)	29
統 制 群	23	17	40	23 (9)	7	10 (3)	40

* 本文参照

第3表では前後差の正負だけに着目して上昇・下降を決めているが、例えば適応点が1点上昇したとか下降したといったことが個人の適応水準の上でどれだけ意味をもつかは疑わしいといえる。そこで、ある点数以上の変化がみられた時、はじめて心理学的に意味があると見做しうとしても、その基準設定の合理的根拠を見つけることは困難である。ところで、個人の適応指数は、評定者による適応度のQ分類分布と個人の自己記述Q分類との相関係数であるから、100項目からなる標本に関して前後2回の指数の変化(差)の有意性を検定することができる。こうした個人内統計という意味で、各人の示す適応指数上の変化が有意($p < .05$)な場合とそうでない場合を区別して両群の該当人数を調べた結果が、第3表の()内に示されている。参加群では29名中12名(41%)が有意な変化を示すのに対し、統制群で有意な変化がみられるのは40名中12名(30%)であって、前者の方に大きな差を示す者が多いといえる。しかし、小人数であるが適応指数が有意に下降する事例もみられたことを指摘しておかねばならない。

2 適応点と適応指数の変化の群比較

参加群の事前、事後スコア間に有意性が認められ、統制群では有意性がないからといって、直ちにグループ経験が効果を有すると断ずるわけにはいかない。この事情は仮りに、両群共に有意な前後変化が認められても一概に効果なしとは云えないことから理解できる。両群共に有意差があったとしても、参加群の方が統制群の変化より有意に大きな変化であるかも知れないからである。つまり効果の有無を論ずるためには、各群の前後を個々に検定するのではなく、群差を統計的に検定する必要がある。ところで、第2表にみられたように両群の適応点と適応指数は既に事前において必ずしも等しい値をとるわけではなく、統制群の方が常に若干高い傾向にある。同様の傾向は小嶋・木場（1973）の適応点や現実—理想自己相関の場合にも指摘されている。なお、彼等の資料と本研究のそれとは両群共に重複していない。したがって両群の事前スコアの相異を何らかの方法で調整した上で2群の前後変化を比較する必要があると考えられ、ここでは共分散分析を適用した。

まず、適応点について、両群の事前スコアを分散分析したところ群間変動は有意ではなく（ $F_0=3.34$ $p>.05$ ）また事後スコアにも差は認められない（ $F_0=0.63$ ）。事前スコアを統制変数として事後スコアの共分散分析を行なうと、帰帰項は有意ではない（ $F_0=1.09$: $p>.05$ ）。すなわち、両群の事前スコアを調整した上で群比較をしても群間に有意な差が認められない。

次に、適応指数について、これを Z' 変換した上で同様な手続を施すと、事前スコアの分散分析では5%の有意差（ $F=4.33$ $p<.05$ ）があるが、事後スコアは有意ではなく（ $F=0.59$ ）、共分散分析では $F_0=2.23$ （ $p>.05$ ）となり、これまた有意水準に達しない。

以上の事実から、適応点、適応指数いずれにおいても参加群は統制群を上廻る変化を示してはいないといえる。要するに、2つの測度に関していえば、グループ経験への参加の効果は認められないといわねばならない。

3 2回のQ分類間の相関係数の群比較

各対象者は、3日間の間隔において前後2回のQ分類を行なっているので、この2回のQ分類の個人毎の相関を求めることができる。いわば自己概念の一貫性（consistency）の程度を示していると考えられる。もし集中的グループ経験が自己概念の一貫性に何らかのインパクトを与えているとすれば、参加群の方が統制群に較べて前後相関の値が低くなると期待されよう。この点を吟味するために両群における2回のQ分類の相関係数の分布状況を調べたのが第4表である。この表から窺えるように、統制群では、0.70以上の者が

第4表 両群における2回のQ分類の相関係数の度数分布

r	参加群	統制群
0.80以上	2	11
0.70～0.79	8	24
0.60～0.69	8	3
0.50～0.59	4	0
0.40～0.49	4	2
0.39以下	3	0
計	29	40

第5表 両群における2回のQ分類の相関係数の代表値、散布度の比較

	参加群	統制群
範囲	-.513～.821	.462～.889
中央値	.654	.776
平均値	.612	.770
標準偏差*	.343	.180

* Z' 変換値

第6表 両群における2回のQ分類の相関係数の比較

群 \ r	.739以下	.740以上	計
参加群	21	8	29
統制群	13	27	40
計	34	35	69

多いのに反して参加群ではそれ以下の者が多く、後者の方が変動性が大きく分布は扁平である。第5表に示されるように参加群の範囲は統制群よりかなり大きく、負相関をとる者が1名含まれている。同様にZ'変換した値について求めた標準偏差も両群ではかなり異っており、分散の等質性は認められない($F=3.63$ $p<.01$)ので平均値間の差を問題にするよりも中央値の検定を行なう方が適切と思われる。参加群の中央値0.654に対して統制群は、0.776と高く、平均値の場合と同様の傾向を示している。いま第6表のように全体の中央値 $r=.740$ を分割点として2分した分割表を作り中央値の検定を行なうと、 $\chi^2_0=9.178$ ($df=1$, $p<.005$)が得られ、2群の中央値には有意な差がみられる。以上の結果から、2回のQ分類の相関係数には大きさと変動性共に群差が認められる。参加群の方が、相関が低いことから、集中的グループ経験が自己概念に変化をもたらすような効果を及ぼしたと推論することができるが、その影響の受け方には個人差が著しい。しかし、さきの適応点、適応指数などの分布においても有意ではないが参加群の方がやや変動性が大きい傾向がみられているので、この群が元来統制群に較べて若干異質なメンバー構成であるために、群内変動が大きくなるという可能性も見逃せない。

4 項目の分類の移動

2回の相関係数の大きさが両群間で差異を示すということを、個々の項目の分類段階（カテゴリー）の変化で捉えるならば、参加群は、2回目のQ分類において1回目に分類した段階以外へ分類段階を変えた項目が多い、あるいは、分類段階の移動量が著しいと考えられる。われわれの用いているQ分類には9段階のカテゴリーが設けられているから、ある項目のとり段階が移動し得る最大値は8段階である。いま、2回目の分類で移動した段階数を各人毎に調べ両群の平均移動段階数を比較すると、第7表が得られる。表中「移動した段階数0」は、分類カテゴリーが2回とも同じであった項目のことである。この表から、両群共に全く変化しない項目よりも1段階ズレる項目の方が多くことがわかる。また、両群の移動段階毎の平均数を比較すると、無変化（0）と、1段階のズレの場合は統制群の方が多く、2段階以上のズレではすべて参加群の方が多く。いま仮りに、2段階以上の移動がみられる項目数を調べると第8表のような分布となり、参加群の移動項目数の中央値は21、統制群のそれは12.5である。両群全体の中央値を分割点として2分して得られた第9表に基づいて中央値の検定を行なうと2群間には0.5%の信頼水準で有意差が認められる。すなわち参加群の方が2段階以上に移動する項目が多いことがわかる。

ところで、2回目のQ分類における項目の配分が1回目のそれとどの程度

第7表 両群における分類段階の平均移動項目数の比較

移動段階数	参加群	統制群
0	34.34	42.40
1	42.83	44.33
2	15.59	11.23
3	4.66	1.55
4	1.97	0.43
5	0.48	0.02
6	0.07	0.02
7	0.03	0.00
8	0.03	0.02
計	100.00	100.00

第8表 両群における2段階以上の移動を示す項目数の分布

項目数	参加群	統制群
1～5	0	1
6～10	2	13
11～15	6	17
16～20	6	6
21～25	7	1
26～30	2	1
31～35	4	1
36～	2	0
計	29	40

第9表 2回目のQ分類において2段階以上移動した項目数の群比較

項目数 群	14以下	15以上	計
参加群	7	22	29
統制群	28	12	40
計	35	34	69

$$\chi^2_{11} = 12.372 \text{ df}=1 \text{ } p < .005$$

第11表 両群における項目移動スコアの比較

スコア 群	31以下	32以上	計
参加群	5	24	29
統制群	30	10	40
計	35	34	69

$$\chi^2_{11} = 20.187 \text{ df}=1 \text{ } p < .005$$

第10表 両群における項目移動スコアの分布

スコア	参加群	統制群
～10	0	1
11～20	2	9
21～30	3	18
31～40	4	6
41～50	5	3
51～60	6	1
61～70	2	0
71～80	3	1
81～90	2	1
91～	2	0
計	29	40

変わったかを表わすには、割りつけられた段階が変化（移動）した項目数と、変化した程度の双方を考慮に入れる必要があろう。まず、2段階以上移動した項目だけに着目し、その移動した段階数をウェイトと見做して、ウェイトつき合計を求め、これを各人の項目移動スコアとすれば、このスコアは第10表のような分布となる。このスコアの平均値を求めると、参加群は、56.76、統制群は29.03となり群間には大きな差がみられる。次に標準偏差をみると、参加群は34.81、統制群は14.61、であり両群の分散は等質とはいえない（ $F = 5.67 \text{ } p < .01$ ）ので中央値の検定を行なうと、第11表に示されるように2群の中央値には有意差（ $p < .005$ ）が認められ、明らかに参加群の方が高い値をとることが知られた。

5 項目内容の分析

まず各項目の事後分類における移動段階の度数分布を第12表のような形にまとめた。この表は項目(1)に関して、その変化のボタンを無変化、増加、減少に3分し両群の%を表わしている。ここで、無変化とは2回目の分類が初回に割りつけられた段階（分類カテゴリー）と同じ場合を指し、増加とは、初回よりも段階点が増加（より「自分にあてはまる」側への移動）したこと、減少とは、初回より段階点が増加（より「自分にあてはまらない」方への移

第12表 両群における項目(1)の変化パターン別百分率(%)

変化パターン 群	減 少	無変化	増 加	計(実数)
参 加 群	44.8	31.0	24.1	100.0*(29)
統 制 群	22.5	55.0	22.5	100.0 (40)

* 小数第1位で丸めているので100.0にならぬ

動)したことを意味しており、表中の数字は、各群における人数の%である。第12表によれば項目(1)は統制群において、2回目に増加、減少した人がそれぞれ22.5%づつあって差はないが、参加群では、減少が44.8%で増加24.1%を大きく上廻っていることがわかる。このような比較を100項目すべてについて行ない、参加群の増加%と減少%との間に20%以上の差がある項目だけを選び、しかも①統制群の増加と減少には差がないか、②参加群と統制群の変化が逆の方向であるか、あるいは③両群同方向の変化の場合は参加群の変化(増加と減少の差)の大きさが統制群のその2倍以上に及ぶ項目だけを抜き出したのが第13表である。このような基準は任意に設定したものであって恣意性を免れないが、その狙いとするところは参加群の前後変化に著明な偏りが見られ、しかも統制群は余り変らないという項目を選び出すためである。さて、この条件を満たす項目は全部で21個であり、その内18個までは参加群の変化が、より適応的と判断される方向へ移動している。すなわち、8名の評定者が適応・不適応的観点から9段階に分類した際、適応的(第6～9段階)と判定された項目は増加する方へ、不適応的(第1～4段階)と判定された項目は減少の方向へ変化する傾向がある。唯一の例外は適応的(6段階)と判定されている項目(1)が減少している場合である。なお項目(56)と(83)は、中間(第5段階)である。これらの項目で示される変化の意味を解釈する際には変化の方向と量だけでなく初回における両群の値を考慮に入れる必要がある。そのため、各項目について初回における両群の分類段階の分布を調べ、段階(カテゴリー番号)をスコアとして平均スコアを求め、両平均間の差をt検定した結果を第13表に併記した。共分散分析を用いて各項目の初回の段階点(スコア)を調整した上で、変化の群比較を行ない有意差の認められる項目だけを選択するという方法も考えられるが、ここではそうした手続を用いる代りに初回のスコアの差を参考にする程度にとどめた。例えばこの表にみられる項目(8)における参加群の屈辱感の減少は、この群の初回平均スコア3.93が統制群2.82より有意に高い($t=3.44$ $P<.005$),

第13表 両群の変化パターンに顕著な差異がみられる項目のリスト

項目番号	項目内容	2 回 目 の 変 化				初回の平均段階点		
		参 加 群		統 制 群		参加群	統制群	p
		減少	増加	減少	増加			
1	どうしても仕事に追われがちである	44.8	24.1	22.5	22.5	3.86	3.72	
5	私は物事を楽観的に考える	34.5	55.2	27.5	30.0	4.07	4.40	
8	私はいつも屈辱感をもっている	44.8	24.1	27.5	30.0	3.93	2.82	***
25	私は自分の感情を自由に表現する	17.2	48.3	30.0	30.0	3.07	3.42	
29	私がかつてもきびしく戦うのは自分自身に対してである	27.6	51.7	35.0	22.5	4.07	4.52	
35	私は自分を知っている大いの人に好かれる	20.7	44.8	27.5	22.5	3.34	4.17	***
37	私は無力である	58.6	17.2	37.5	27.5	3.97	3.37	
43	私の心は満ちたりている	17.2	55.2	20.0	30.0	3.00	2.85	
45	私は何かぼんやりしているようだ	55.2	13.8	22.5	35.0	4.52	3.97	
49	自分の感情を信頼することが出来ない	41.4	10.3	40.0	32.5	4.24	3.82	
55	人をひきつける人柄をもっている	17.2	41.4	32.5	30.0	2.93	3.42	
56	私は内気である	41.4	10.3	20.0	27.5	5.17	4.80	
58	私は人に劣った人間である	44.8	20.7	22.5	22.5	3.72	3.02	*
65	私は自分自身を尊重していない	20.7	41.4	30.0	12.5	3.28	3.62	
68	自分でいいと思ったことははっきり主張する	20.7	44.8	37.5	25.0	3.97	3.85	
72	自分自身に満足を感じている	13.8	55.2	30.0	35.0	2.76	3.07	
78	気持ちがゆったりしていて何も心配なことはない	10.3	48.3	20.0	32.5	2.76	3.05	
83	人が強くでると身を引いてしまう方だ	44.8	24.1	27.5	40.0	4.69	4.85	
90	私には希望がない	44.8	17.2	25.0	20.0	3.10	2.30	*
99	私はつまらぬ人間である	55.2	17.2	40.0	25.0	4.03	3.57	
100	自分の性的な欲望をいやらしいと思う	48.3	10.3	32.5	20.0	3.31	3.30	

* $p < .05$ *** $p < .005$

つまり参加群は、「いつも屈辱感をもっている」とのステートメントを、統制群よりも「自分にあてはまる」とみていたという事実によってより一層その意味が明確になってくる。なおこの項目(8)の2回目の平均スコアは参加群3.48、統制群2.90で有意差は認められなくなっている。これらの結果から参加

群の変化は(a)現在の自己を肯定的にありのままに受けとめようとする自己受容的乃至は、自己尊重的傾向の増大（項目番号 43, 49, 65, 72, 100 など）
 (b)特に対人関係においてより積極的になり、自己主張性が強くなって自己評価が高くなる傾向（項目番号 8, 35, 55, 56, 58, 68, 83, 99 など）、および
 (c)不必要な緊張がなくなり、リラックスしていて自分を自然に表現でき、不安が減少する傾向（項目番号 1, 5, 25, 37, 45, 78, 90, など）であるといふことができよう。

考 察

集中的グループ経験の効果を測定するために、その前後に実施された自己記述Q分類から導かれた諸種のスコアの変化を統制群のそれと比較した。

参加群における適応点と適応指数の前後変化は統計的にも有意であり、グループ経験がこれらのスコアを上昇させるようにみえた。しかし、統制群もまた有意ではないが上昇傾向を示すこと、さらに2群の事前スコアが等しくない点を考慮に入れて、共分散分析を行なったところ、両測定共に有意な効果は認められなかった。他方、各人の前後2回のQ分類の相関係数の大きさについて群比較を行なうと、参加群の方が低い相関を示し、また群内の散布度も大きいことがわかり、グループ経験が自己概念の記述に何らかのインパクトを与えていると解された。この点を項目レベルで吟味するために、各項目について事前と事後との分類段階上のズレ（移動）を調べると、2段階以上の移動が見られる項目数は参加群に多いことが知られた。各人における変化の程度を表わすために、移動項目数と、移動の程度（段階数）を加味した項目移動スコアを算出すると、明らかに参加群の方が高い値を示すが、同時にまたこの群の変動も、大きいことが指摘された。更に項目の移動で示されるグループ経験の効果を心理学的に意味づけるために、顕著な変化を示した項目内容を分析した結果、一般的にいえば、その効果はより適応的な方向への変化であって、より具体的にいえば、自己受容、対人関係における積極性ならびに自発性等の増加と解釈することができ、いずれもポジティブな自己像への変化を促がすものと理解された。

以上の諸結果を導くにあたって、検討すべき幾つかの問題点を、順次取り上げていきたい。

1 群の構成

われわれの統制群は、事後に構成されたという事情もあって、デモグラフィ

クな特性においても、事前のQ分類測度においても参加群とコンパラブルとはいえないという欠点があった。このために共分散分析を用いて事前スコアを調整するという手続を用いたが、むしろ予め計画的にコンパラブルな2群を構成する方法を用いるべきであろう。その方法としては、応募者をランダムにあるいはマッチングさせて、参加群と統制群に2分し、後者を待機させるという手続が適当であろう。心理療法の場合、意図的に待機群を設けることの是非が倫理的に問題となるが、ここで取り上げているタイプの開発的グループ経験では、精々数日程度のズレで全く同様のプログラムが実施できるから、参加者にも充分納得できる手続きであると思われる。

ところで、われわれの統制群が、自己記述Q分類の上で参加群と異なっている点を明らかにしておく必要がある。事前のQ分類項目に割りつけられた段階点の平均値について両群を比較した結果は9項目(番号: 8, 13, 21, 26, 34, 35, 36, 58, 90番)において有意な群差(t検でいずれも有意水準5%水準以上)が認められた。このうちの4個は、結果の5で既に表記したので省略する。残りの5項目は「13. 私は他人とうちとけない人間である」(参: 4.48, 統: 3.62, $P < .05$)、「21. 自分を抑制することはむずかしい」(参: 3.79, 統: 4.60, $P < .01$)「26. 大勢の中にいると1人ぼっちの感じがする」(参: 5.00, 統: 4.22, $P < .05$)、「34. いつも駆りたてられているような気がする」(参: 4.17, 統: 3.25, $P < .005$)、「36. 人生に十分貢献していないという感情がいつもある」(参: 4.10, 統: 3.47, $P < .05$)である。前記の4項目と併せ考えると、いずれも、参加群の方が、否定的な自己像を抱いており、内的な適応問題に関して不適切感を生じ易い傾向をもつ集団であるといえる。なお、事後のQ分類では、これらの項目の平均スコアにはすべて有意差が消失していることをつけ加えておきたい。

2 測定用具と測度

本研究では、佐治(1961)のQ分類法を用い、小嶋・木場(1973)の適応点、筆者の適応指数、前後の相関係数および項目移動スコア等を測度として群の比較を行なった。まず、この自己記述Q分類が集中グループ経験によってもたらされると期待される効果を測定するのに適切な手段であるかどうかが問われねばならない。このQ分類は元来、神経症の治療過程にともなう自己概念の変化を明らかにすることを目指して作成されたものであって、項目は適応の方向(内的満足や調和と現実への積極的働きかけ)とその程度に関して構造化されたステートメント・サンプルから構成されており、正常人及び神経症者について本人の現実自己分類、本人の理想自己分類、他人のみた

分類, TAT による自己分類等に関する因子分析の結果が公表されている(佐治 1958)。ところで、われわれのグループ経験「自己発見セミナー」に期待されるところは、正常者である参加者が日常の対人関係では体験しないようなメンバー間の心の触れ合いを通じて自己をより受容的にまた、価値あるものとして、捉えるようになり今まで気付かなかった新しい可能性を自分のなかに見出し、それを実現させていくことであって、一口にいえば自己認知の変革といえるであろう。勿論、集中的グループ経験の究極的な目標が、このような単なる認知レベルにおける自己概念の変化だけにとどまっていることではない。その意味では、直後に自己記述形式で行なわれるタイプの測定手段には自ずと限界があることは云うまでもない。しかし、自己認知の変化を捉える手段としてこのQ分類自体はあながち不適当とはいえないのではなからうか。ただ元来が、この種のグループ経験の効果測定法として開発されたものでないだけに、もっと積極的な意味での精神的健康を表わす文章内容が含まれている方が望ましいかも知れない。近年の欧米における効果研究には必ずといってよいほど Shostrom の POI が用いられているが、それは POI が元来、精神的健康度の測定を目指して作成されたというだけでなく、数多くの下位尺度が用意されていて、本研究でとり上げた overall な効果だけでなく、もっと内容的に明細化できるという利点を備えているためと思われる。この意味では、overall な効果の有無を検討し終えた次の段階では、この種の特定化された諸側面を測る手段が必要となってくる。

本研究で、測度として用いられた適応点や適応指数はその名称だけからみると、あるいは消極的な意味での現実環境への適応という観点だけから捉えているように受け取られるかも知れないが、必ずしもそうした意味ではない。なお、ここで用いられた適応指数については若干の補足説明が必要であろう。従来この種の自己記述Q分類を用いる場合には、しばしば「現実の自己」と「理想の自己」についてのQ分類が求められ、両者の相関が高くなっていくことが自己概念の変化を表わす一つの指標として用いられてきた。小嶋・木場(1973)の場合にもこの手続が採用されており、結果として、参加群の方が統制群以上にこの相関が高くなった、つまり現実自己が理想自己に接近していったのである。さて、一般に各人の理想自己はかなり共通した特性をそなえていることが指摘されている(佐治, 1958, p.213)。筆者は、その共通的な理想自己は、前記の8名の心理学者が適応次元で分類した結果と極めて類似したものであらうと考え、小嶋・木場(1973)の資料を用いて、理想自己のQ分類と適応Q分類との相関を算出してみた。この相関の中央値は参加群

では事前事後とも $r = .68$ 統制群では事前 $r = .70$, 事後 $r = .69$ であった。8名の心理学者の適応Q分類間の相互相関の中央値が $r = .68$ 程度であることを考えると、この値は両者間にかなりの類似があることを示唆している。また理想自己Q分類間の前後2回の相関は、参加群、統制群共に $r = .79$ (中央値)であり、いずれも現実自己の前後の相関(参加群 $r = .56$; 統制群 $r = .72$, いずれも中央値)を上廻っており、かなり安定したスコアであることがわかる。したがって各人の理想自己Q分類の代用として適応Q分類を用いることはそれほど不当ではないと思われる。その意味で筆者の適応指数は、いわば理想自己と現実自己との相関係数の代用とみなすことができよう。このような相関係数を個人のスコアとした場合、間隔尺度にならないという難点があり集団資料の取り扱いに不便であるが、他方メリットとしては9段階に分類された項目分布の情報を十分に汲みとることができる点や、個人の前後スコアの差異の有意性を個人内統計という意味で検定できるという点が指摘できよう。従って単に小嶋らの適応点と同じ意味しか持ちえないとしても充分使用に耐えるものである。

3 統制群の変化

統制群における適応点と適応指数の平均値の前後変化は、有意水準には達しないが共に上昇の傾向があり、適応指数が上昇した者は下降した者よりも明らかに多い(第3表)ことが示された。すなわち、統制群においても参加群と同方向の変化が生ずる傾向が認められるのである。従って統制群を欠いた前後計画(before-after-design)からグループ経験による効果の有無を論ずるわけにはいかないことは明らかである。グループ経験に参加せず、単に3日おいて前後2回のQ分類を実施しただけの対象者に、程度は少ないにせよ参加者と同方向に自己概念の変化が認められることは、測定法としての再検査信頼性に疑問を投げかけるものと解されるかも知れない。格別な出来事がなければ、通常数日間という短期間に自己概念自体が変るとは考えられないからである。このような測定手続の反復実施に伴うスコアの変化は、時として反復効果とか経験効果などと名付けられるが、それ以上に追及されなかったり、測定法としては好ましからざる攪乱要因と見なされることが多い。しかしながら、効果の有無が統制群との比較においてのみ決定し得るのであれば、その限りに於いては例えば、統制群では大きな前後変化が見られるが参加群では全く無変化のスコアが存在しても矢張り効果の存在を主張し得るわけである。ここで指摘しておきたいのは効果研究においては統制群のスコアが前後で変化することは必ずしも攪乱要因ではなく、統制群なしに前後計

画だけから効果の有無を決定するのに都合が悪いというだけだということである。

ただ、何故に統制群の前後において当該スコアが変化するかということは充分検討に値する問題である。しばしば心理療法においても同様の問題が起る。例えば Dymond (1955) は、心理療法の開始を待機している間に自己記述上で生じた適応改善が投映法 (TAT) の上では表われないことから、待機中に生ずる自己記述の改善 (変化) が治療による改善とは質的に異なった内容を持ち、それは神経症的な防衛的要素の表われであると解釈している。また Taylor (1955) は、この問題に積極的に取り組み、自己記述 Q 分類を行なうこと自体が、自己内省の機会を与え、それが自己概念の肯定化をもたらすとの立場から、無治療中にみられる自己概念の変化は、心理療法で生ずる変化と類似した側面を共有していると考えた。事実、自己記述 Q 分類を短期間に集中的に反復実施すると、心理療法ほど顕著ではないが自己概念が肯定的になり、現実自己と理想自己との相関も上昇したのである。本研究では、この種の検討を試みていないので、積極的な意見は差し控えたいが、統制群のこうした変化が単なる artifact や攪乱要因ではなく、効果をもたらす要因の解明に、案外重要な役割を担っているかもしれない。

4 効果測定の時期

参加群において事前測定は集中的グループ経験の第 1 セッションの直前に、また事後測定は、全セッション終了時に、ともにグループが合宿した建物内の一室で行なわれた。統制群は教室で実施されているので実施の物理的な場所だけでなく、その雰囲気もかなり異なっていることになる。とくに事後測定が全セッションが終了したばかりの、いわば、かなり高揚した気分にある時であり、また Goodbye 現象が介入する可能性の高い場面設定であったということも考慮に入れるべきであろう。この点は、事前、事後ともに 1、2 日の間隔をおく方が適切かも知れない。

事後測定の時期は、測ろうとする効果の種類によって決められるべきである。すなわちグループ経験によって数日程度持続する短期効果を調べたいのか、あるいは半年後、1 年後といったかなり長期にわたって持続する効果を狙っているのかによっても異なってくる。おそらくグループ経験の直後にしか見られないような効果だけが、この種のグループ経験の効果であり、それだけを測定したいと考える人は少ないであろう。従って、直後よりもむしろかなりの間隔を置いてから事後測定を行なう方が適切と考えられるが、他方、overall な効果の捉え方ではなく、どの種の効果が持続し、又消滅するのか等

の情報を得たいとすれば、事後測定は1回に限るべきではないということになる。効果のなかには、sleeper 効果をもつ可能性があり、Kimball & Gelso (1974) の POI の1ヶ月後の結果はこのことを示唆している。今後この点についてわれわれも検討を加えていくつもりである。

5 その他の問題

参加群の代表値を用いて群比較を行なうと群としては、いわば所期の効果がみられたのであるが、どのスコアにおいても参加群の変化には、変動性が大きく、なかにはネガティブな変化を示す事例も見られた。適応点が、文字通り適応水準を表わすとすれば、ネガティブな変化とは、グループ経験が適応水準の低下を招来するという意味である。このネガティブな効果の著明な場合が、いわゆる不利得効果 (adverse effect) であり、最近心理的損傷の問題として話題になっていることは周知のとおりである。このようなネガティブな効果を生ぜしめる要因として、一方では、グループ過程やファシリテーター側の変数、他方には参加者側の変数とくに人格要因との関係が考えられるが、これらの解明は、有効性をもたらす要因の研究と同様、今後に期待されねばならない。

要 約

大学生を対象とした約30時間の集中的グループ経験がもたらす効果を測定するために、この経験への参加前後に自己記述Q分類を実施し、その変化を統制群の変化と比較した。

その結果、適応点、適応指数では統計的に有意な群差は認められなかったが、前後2回のQ分類の相関係数は参加群の方が低く、明らかにグループ経験が自己概念に影響を及ぼすことがわかり、このことは、Q分類の項目レベルの変化の比較からも裏付けられた。大幅に変化した項目内容を分析した結果からはこの効果が自己をより肯定的に受容し、積極性を増し、不安を減じ、より自発性を増すという側面での自己認知の変化であると解された。なお、本研究のデザインとくに統制群の構成法の問題点をはじめ、測定手段、測度、測定の時期ならびに統制群自体が変化すること等の問題が考察され、今後の方向としては、効果の有無といった overall な形で捉えるのではなく、もっと各側面に分けて捉えること、事後測定を2回以上繰返すこと、ネガティブ効果の要因を解明することなどの必要性が論ぜられた。

付 記

方法のところに記したように、この研究は金沢大学保健管理センターが主催した「自己発見セミナー」(昭和48年と49年)の参加者の群と非参加の統制群との比較検討を試みた結果である。このセミナーの企画を実施推進していくにあたって中心的な役割を受けもたれたのは、福井康之講師(金沢大学保健管理センター学生相談室)であり、氏はまた実際にグループのファシリテーターでもあった。多田治夫教授(金沢大学教養部)と対馬忠教授(金沢大学教育学部)の両氏もまたファシリテーターの役割を担当された。筆者は、この企画に準備委員として参加し、実際には他の委員と共に事前・事後における自己記述Q分類の実施とセミナーの効果を把握するという役割の一部を分担した。従って、本研究における参加群の成立自体が福井氏等の活動に負うものであって、それなくして本稿の如き効果測定の試みは成り立たなかったことを特記し、このような形でまとめることができたことに対して上記三氏に厚く御礼申し上げたい。また、準備委員として筆者と同様にQ分類の実施に当られた小嶋秀夫助教授(現名古屋大学教育学部)ならびに木場深志助手(金沢大学法文学部)にも心からの謝意を表したい。なお、蛇足ながら本稿における分析の方針や結果の解釈、意見等はすべて筆者の責任においてなされたことを付け加えておきたい。(また、資料の分析は本学電子計算機センターのFACOM 230-35により行なわれたことを記しておく。)

引 用 文 献

- Dymond, R.F. 1955 Adjustment changes in the absence of psychotherapy. *Journal of Consulting Psychology*, 19, 130-107.
- 藤井 虔・堀尾治代・川上範夫 1974 学生相談活動の一環として実施したグループ体験合宿の効果について 京都大学学生懇話室紀要 第4輯 17-33.
- 福井康之 1973 合宿セミナー前後の人間に対する概念の変化の測定について 第11回全国大学保健管理研究会報告書 全国保健管理協会Pp. 121-125.
- Guinan, J.F., & Foulds, M.L. 1970 Marathon group: Facilitator of personal growth? *Journal of Counseling Psychology*, 17, 145-149.
- Kimball, R., & Gelso, C.J. 1974 Self-actualization in a marathon growth group: Do the strong get stronger? *Journal of Counseling Psychology*, 21, 38-42.
- 小嶋秀夫・木場深志 1973 合宿セミナーの効果測定 金沢大学保健管理センター学生相談室(編)自己発見のための合宿セミナー——第3回精神的健康増進のための合宿指導報告書 1972—— 金沢大学保健管理センター, Pp.22-28.
- 佐治守夫 1958 Qテクニク——Personality 測定についての一つの考え方—— 心理学評論, 2, 199-215.
- 佐治守夫 1961 人格心理学におけるひとつの問題——心理学的自己について 相良守次

(編) 現代心理学の諸問題, 誠信書房, Pp. 159- 215.

多田治夫 1973 グループ・カウンセリングの効果に関する研究 金沢大学教養部論集, 人文科学篇, 11, 37—45.

Taylor, D.M. 1955 Changes in the self concept without psychotherapy. *Journal of Consulting Psychology*, 19, 205-209.

Treppa, J., & Fricke, L. 1972 Effects of a marathon group experience. *Journal of Counseling Psychology*, 19, 466-467.

University of Massachusetts Counseling Center Staff 1972 Effects of three types of sensitivity groups on changes in measures of self-actualization. *Journal of Counseling Psychology*, 19, 253-254.

Young, E.R., & Jacobson, L.I. 1970 Effects of time-extended marathon group experiences on personality characteristics. *Journal of Counseling Psychology*, 17, 247-251.